

# A LOGOTERAPIA NO TRATAMENTO DA DEPENDÊNCIA QUÍMICA

---

— Douglas Renato Strozi - IMES Catanduva - strozzydouglas@gmail.com<sup>1</sup>

Renata Parra Clemente – IMES Catanduva<sup>2</sup>

Juliana Raquel Betoschi – IMES Catanduva<sup>3</sup>

Ana Claudia Vieira – IMES Catanduva<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Discente do curso de Psicologia do IMES Catanduva. Rua Abaeté 339 – Santa Paula. 15802-375 Catanduva/SP

<sup>2</sup> Psicóloga, Mestre em Processos de Ensino, Gestão e Inovação. R. Estância 590 – Pq. Gloria II – Catanduva/SP

<sup>3</sup> Psicóloga, docente do IMES Catanduva. Av. Daniel Dalto, s/n – Rodovia Washington Luís – SP 310- Km 382- Caixa Postal 86 – 15800-970 – Catanduva/SP.

<sup>4</sup> Profa. Dra., docente do IMES Catanduva. Av. Daniel Dalto, s/n – Rodovia Washington Luís – SP 310- Km 382- Caixa Postal 86 – 15800-970 – Catanduva/SP.

---

## RESUMO

Dependência química e logoterapia são temas de grande relevância, sendo o primeiro um assunto que desperta preocupação por ser um problema de saúde pública e por se tratar de uma doença crônica que causa muitos danos, tanto para os dependentes quanto para suas famílias e pessoas próximas. A logoterapia tem sua importância por ser uma abordagem da psicologia que ainda não é muito difundida se comparada com abordagens mais tradicionais, porém vem conquistando espaço tanto em trabalhos acadêmicos quanto nas clínicas. O objetivo deste trabalho é falar sobre dependência química e logoterapia, buscando demonstrar que esta abordagem pode ser usada como uma forma de auxiliar no tratamento dos dependentes. É um trabalho de pesquisa bibliográfica. Conclui-se que a logoterapia, com seus conceitos e sua busca pelo sentido, pode ser de grande ajuda para a recuperação de pessoas que passam pela dependência química.

**Palavras-chave:** dependência química; logoterapia; sentido da vida; vazio existencial; autotranscendência

## ABSTRACT

Chemical dependence and logotherapy are topics of great relevance, the first being a subject that arouses concern because it is a public health problem and because it is a chronic disease that causes a lot of damage, both for dependents and for their families and close people. Logotherapy is important because it is an approach to psychology that is still not widespread compared to more traditional approaches, but it has been gaining space both in academic work and in clinics. The objective of this work is to talk about chemical dependence and logotherapy, seeking to demonstrate that this approach can be used as a way to assist in the treatment of addicts. It is a work of bibliographic research. We conclude that logotherapy, with its concepts and its search for meaning, can be of great help for the recovery of people who go through chemical dependence.

**Key words:** chemical dependence; logotherapy; meaning of life; existential empty; self-transcendence

## INTRODUÇÃO

O presente artigo traz a abordagem da logoterapia, tendo como objeto de estudo a dependência química, sendo esta um assunto de grande relevância em virtude do aumento do número de dependentes, a ponto de se tornar um problema social e de saúde pública. A logoterapia, por sua vez, é uma abordagem relativamente nova e pouco difundida na Psicologia, considerando que existem outras já consagradas, mas que vem ganhando espaço ao falar sobre o sentido da vida. A terapia é de grande importância no tratamento da dependência química, tanto para a família quanto para o dependente e, entre as diversas abordagens terapêuticas utilizadas no tratamento da dependência química, encontra-se a logoterapia, uma psicoterapia que visa a pessoa encontrar um sentido para sua vida.

A escolha deste tema se justifica pela importância do mesmo para a sociedade, chamando a atenção de estudiosos e pesquisadores, dada sua grande incidência e os grandes males causados para todas as pessoas envolvidas. Dentro da psicologia, o tema é de grande relevância, pois a psicoterapia vem sendo uma aliada para que os indivíduos possam encontrar um caminho e um conforto para lidarem ou saírem do vício. A psicologia vem buscando desenvolver estratégias mais efetivas para avaliação dos casos de dependência e de intervenção junto àqueles que se mantêm no uso de substâncias psicoativas, em que houve comprometimento neurológico e orgânico, trazendo reflexos negativos na convivência com a família e nas atividades cotidianas.

A logoterapia é a abordagem da psicologia que ajuda a descobrir um sentido, mesmo diante da tríade trágica sofrimento dor e morte. Portanto, o objetivo do trabalho é falar da dependência química e indicar a logoterapia como uma abordagem que poderá auxiliar o dependente na sua recuperação e prevenção de recaídas.

## MATERIAL E MÉTODOS

O trabalho tem como pilar a abordagem da logoterapia, cujo estudo se baseou em pesquisa bibliográfica. A dependência química, objeto do estudo, também é estudada por meio de uma revisão bibliográfica e os dois assuntos são posteriormente conectados, no intuito de mostrar a abordagem logoterapêutica como uma alternativa de tratamento para a dependência química. Isto é feito com base no próprio autor fundador da abordagem e em um estudo de Elisabeth Lukas (2012), uma das principais seguidoras de Viktor Frankl.

### 2.1 A Logoterapia

A logoterapia foi criada por Viktor Emil Frankl (1905- 1997), cuja vida foi marcada por uma grande experiência em quatro campos de concentração, dos quais relata acontecimentos vividos por ele, tais como fome, angústia, desespero e morte. Porém, mesmo diante e tudo isso, Frankl manteve a postura de encarar a vida frente às dificuldades que ela lhe oferecia.

A teoria de Viktor Frankl é conhecida como a terceira escola vienense de psicologia, sendo as duas primeiras a psicanálise de Sigmund Freud e a psicologia individual de Alfred Adler, os quais Victor Frankl seguiu inicialmente. A logoterapia tem origem na linha da psicologia existencial e da psicologia humanista (KROEFF, 2014).

A logoterapia se diferencia das demais por seu objetivo, onde Frankl se questiona pelo sentido da vida. Enfatiza também sobre a responsabilidade que ele tem mesmo frente as limitações biológica, econômicas e sociais as quais, ainda que tenham que ser levadas em conta, não impedem a construção de um projeto de vida calcado na realização de valores.

Para a logoterapia a busca de sentido na vida da pessoa é a principal força motivadora no ser humano; ela se concentra no sentido da existência humana e na busca da pessoa por esse sentido (AQUINO, 2013).

A frustração em encontrar uma falta de sentido e aprofundar-se em sua existência é um sintoma sentido pelo homem do tempo presente. Esse vazio existencial foi o que moveu Viktor Frankl a desenvolver a logoterapia, considerada como a terapia centrada no sentido; concentra-se no sentido da existência humana. A busca de sentido é a principal força motivadora do ser humano na abordagem logoterapêutica e, por isso, ela pode proporcionar o preenchimento do vazio existencial sentido pelo homem, em particular pelos usuários de substâncias psicoativas, que são objeto deste estudo.

A teoria de Viktor Frankl está ancorada em três concepções básicas: sentido da vida, vontade de sentido e liberdade da vontade. De acordo com Aquino (2013), a liberdade da vontade constitui uma visão

antropológica, enquanto a vontade de sentido se refere à motivação primária da pessoa humana, sendo passível de uma constatação empírica, e o sentido da vida está relacionado com a visão de mundo da logoterapia.

Quanto à liberdade da vontade, o ser humano é concebido, pela teoria de Frankl, como um ser consciente e responsável. Essa visão coloca o ser humano como um ser que responde a questão que a vida lhe coloca e, ao responder, se torna responsável. Apesar dos condicionamentos determinísticos da condição humana, os instintos, a hereditariedade e o meio ambiente, que se constituem meios pelo qual o ser humano se afirma, contudo ele não perde sua liberdade de se posicionar. Ele pode não estar livre de condições, mas está livre para tomar uma posição perante as condições. A liberdade é, portanto, uma possibilidade de escolha. Mesmo diante de forças ambientais, biológicas e psicológicas, existem posturas e ações. A pessoa não apenas reage, mas responde e essa resposta terá implicação para o que acontecerá no momento seguinte (AQUINO, 2013).

Quanto à vontade de sentido, de acordo com Aquino (2013), Viktor Frankl coloca o ser humano como o único ser que busca significado para a vida; se preocupa com o sentido de sua vida, pois possui consciência da finitude da existência. Dessa forma, a teoria prega a vontade de sentido como a motivação primária; o ser humano possui uma vontade de encontrar sentido no mundo objetivo e a pessoa humana está orientada primariamente para buscar um sentido em sua existência por via da realização de valores. A motivação primária na vida de um indivíduo é a busca por um sentido, sendo que o sentido é exclusivo de cada pessoa e só pode ser cumprido por ela mesma para que satisfaça e assuma a sua devida importância para viver esse sentido. É autêntico e genuíno do ser humano o desejo por uma vida dotada de sentido (FRANKL, 2008).

Quanto ao sentido da vida, o indivíduo tem 3 formas de encontrar um sentido na vida: pela capacidade de amar; pela capacidade de trabalhar e pela capacidade de suportar o sofrimento. Essas capacidades estão relacionadas com o que são chamados de valores de vivência, valores de criação e valores de atitude (FRANKL, 2015).

Para Frankl (2015) a possibilidade de se encontrar um sentido na vida não depende de sexo, inteligência, nível de formação, de ser ou não ser religioso ou de que tipo de religião se pertença; descobrir um sentido não depende de caráter nem de ambiente, mas qualquer indivíduo pode encontrar um sentido, mesmo que seja no sofrimento.

A logoterapia, ao explicar como o ser humano pode encontrar o sentido da vida, apresenta três formas para que isso possa ocorrer: Um dos caminhos para encontrar o sentido seria através de valores de criação, que está relacionado com o que ela faz e do que proporciona ao mundo exercendo essa tarefa; o sentido de plenitude poderia ser dado por sua atividade profissional ou qualquer atividade que a pessoa considere significativa. Outro caminho para o sentido é o que Frankl chama de valores vivenciais, que podem ser exemplificados pelo encontro com uma pessoa e a vivência de um amor, ou com outras pessoas ou mesmo o caso de vivência com a natureza e com as artes. Um terceiro caminho para o sentido seria o valor de atitude. E quando fala de atitude, Frankl vai discorrer sobre a tríade trágica sofrimento, culpa e morte (KROEFF, 2014).

Inicialmente faz a conexão do valor de atitude com o sofrimento, isto é, sobre a atitude que se tem para enfrentar o sofrimento quando este é inevitável. O ser humano não deve buscar o sofrimento para encontrar um sentido, mas ele pode encontrar possibilidades de sentido a partir desse sofrimento, dependendo da atitude que tem diante dele. Outro tipo de sofrimento seria a culpa, onde a pessoa se considera responsável por o estar infligindo a si mesma. É comum que o ser humano se sinta culpado e responsável. Porém, se a pessoa deixar que a culpa a paralise, esta culpa pode se tornar um peso que impede o indivíduo de realizar tarefas com sentido. Frankl diz que a pessoa não deve se prender no passado, e sim estar no presente e ser atraída pelo futuro. O terceiro componente da tríade trágica é a morte. A certeza de que ela acontece leva as pessoas a refletirem sobre a passagem do tempo e as realizações que querem realizar. Diante do limite de tempo que a morte coloca, não se pode deixar passar em vão nem desperdiçar as ocasiões. A respeito de encontrar sentido na morte, Frankl fala da autotranscendência, que é a característica humana de estar voltado para algo ou para alguém além de si mesmo. Em muitos casos, apesar do desespero de enfrentar a morte (de um filho, por exemplo), a pessoa faz algo que demonstra uma preocupação com os outros e isso lhe faz bem. Um testemunho, um projeto que ajude a evitar outras mortes pode dar um sentido a vida de alguém que passou por uma grande perda. A tríade trágica tem sentido se nos transforma em pessoas melhores, mais autênticas e mais sensíveis, capazes de realizar valores que concretizam possíveis sentidos em nossas vidas (KROEFF, 2014).

A vontade de sentido que é citada por Frankl (2015) poderá ser frustrada em algum momento. O indivíduo sofre de um sentimento abismal de falta de sentido, associado a sentimento de vazio interior. A logoterapia denomina essa frustração como “frustração existencial” e essa frustração pode resultar em neuroses, as quais a logoterapia denominou “neuroses noogênicas”.

Frankl (2008) não vê a frustração existencial como um problema patológico ou patogênico, porém é uma angústia existencial e não uma doença mental, portanto jamais um médico poderia interpretar a frustração existencial como uma doença que poderia ser tratada com medicamento, pois a função da logoterapia é direcionar o paciente para poder crescer e desenvolver em meio as suas crises existenciais. É preciso conscientizar o paciente para o sentido oculto.

O vazio existencial, segundo Frankl (2008), se manifesta principalmente em estado de tédio. Esse fenômeno ocorre quando as pessoas não encontram o sentido para suas vidas, e quando esse sentido não é encontrado o indivíduo passa a viver o “tédio.” Frankl (2008) cita como exemplo, as neuroses dominicais que acometem as pessoas quando elas se deparam com as faltas de tarefas cotidianas, manifestando o vazio dentro delas. Depressão, angústia e vício são reconhecidos como o vazio existencial contido nessas pessoas. Quando a vontade de sentido é frustrada são usadas compensações, como dinheiro, vício, sexo etc.

Frankl (2008) fala de noodinâmica como uma tensão interior do indivíduo causada pelo espaçamento entre o que a pessoa é e o que deveria vir a ser, essa tensão é inerente ao ser humano e é importante para a saúde mental.

A logoterapia tem a característica de procurar criar no paciente uma consciência plena de sua própria responsabilidade; é dada uma ênfase na responsabilidade da pessoa, onde é o próprio paciente quem deve decidir se deve interpretar a tarefa da sua vida como sendo responsável perante a sociedade ou perante sua própria consciência (FRANKL, 2008).

Diante da responsabilidade que será atribuída para o próprio paciente, o logoterapeuta não será atraído a impor julgamentos de valor aos seus pacientes; o papel do logoterapeuta será o de alargar o campo de visão do paciente, ajudando-o a enxergar o mundo como ele é na realidade.

O sentido potencial da vida deve ser descoberto no mundo e não dentro da pessoa humana. Frankl atrela essa característica constitutiva à “autotranscendência da existência humana”, segundo o qual a autorrealização só é possível como um efeito da autotranscendência (FRANKL, 2008).

Cada pessoa é única na sua existência, portanto ninguém pode assumir o seu sofrimento e a sua responsabilidade em responder e suportar a esse sofrimento, mas de maneira como ela própria suporta esse sofrimento, somente ela também tem a possibilidade de uma vitória. Uma vez que se entende que o sofrimento tem um sentido, e que o mesmo traz uma vitória, passa-se a aceitá-lo e enfrentá-lo (FRANKL, 2008).

O amor como uma forma de encontrar sentido na vida já é tratado nas primeiras obras de Frankl, embora esse assunto tenha sido desenvolvido ao longo de sua vasta obra. Para ele, o amor é “a única maneira de captar outro ser humano no íntimo da sua personalidade... a pessoa que ama capacita a pessoa amada a realizar essas potencialidades. Conscientizando-a do que ela pode ser e do que deveria vir a ser, aquele que ama faz com que essas potencialidades venham a se realizar” (FRANKL, 2008, p. 136).

Segundo a logoterapia existe um sentido que excede e ultrapassa a capacidade intelectual finita do homem, o qual é denominado suprasentido (FRANKL, 2008). O suprasentido pode ser exemplificado na fé religiosa, quando se confia naquilo que não se vê ou não se compreende, mas que ajuda as pessoas a superarem as adversidades. O que se requer da pessoa, quando se fala em suprasentido, não é que ela suporte a falta de sentido da vida, mas que ela suporte a falta de capacidade de se compreender, em termos racionais, o fato de que a vida tem um sentido incondicional. O *logos* é mais profundo que a lógica.

## 2.2 A Dependência Química

O uso de drogas, embora seja uma prática muito antiga, vem se agravando em razão do número cada vez maior de pessoas que fazem uso das substâncias psicoativas e do grande número de dependentes químicos. Tão grande é o número de usuários e dependentes que a dependência química se tornou um problema social e de saúde pública. Entre os anos 2005 e 2015, foram 604.965 internações provocadas pelo uso de substâncias ilícitas no Brasil, segundo o Ministério da Saúde. Em valores atualizados em 2017, o país gasta a cada década R\$ 9,139 bilhões para custear o tratamento de quem consome entorpecentes (LAGOA; MORAES, 2017).

Segundo Pratta e Santos (2009, p. 208), “o consumo de substâncias psicoativas cresceu assustadoramente a partir da segunda metade do século XX, configurando-se nas últimas décadas desse século como um fenômeno de massa e como uma questão de saúde pública”.

Os seres humanos aplicam seus comportamentos na busca de prazer, de tal forma que aquilo que lhe oferece uma sensação de bem-estar, de prazer ou aceitação social tende a ser repetido. Esse é o conceito de recompensa que permeia o comportamento humano. Assim se explica o motivo de muitas pessoas que utilizam drogas tornarem-se dependentes, pois a substância ingerida e sua consequente ação no sistema nervoso propiciam ao indivíduo sensações prazerosas, ainda que momentâneas (FONTES, 2018).

Segundo Fontes (2018), a dependência química é entendida como uma doença que envolve aspectos biopsicossociais, e o curso de seu tratamento deve procurar oferecer intervenções nas três áreas (biológica, psicológica e social) para alcançar maior eficácia e efetividade.

A dependência química é uma doença crônica, provoca dor, sofrimento, angústia e morte. É um tema que envolve muitos aspectos, entre eles o aspecto social, político, legal, cultural e psicológico. Somente a partir da segunda metade do século XX o conceito de dependência deixou de ser focado como um desvio de caráter, ou apenas como um conjunto de sintomas, para ser tratada como transtorno mental com características específicas (RIBEIRO, 2004, citado por PRATTA; SANTOS, 2009, p. 208).

O tratamento da dependência química é muito complexo e seu sucesso de efetividade estão intimamente ligados ao grau de motivação do indivíduo. Os sintomas da dependência não diferem em grande escala de pessoa para pessoa, mas a motivação para a mudança se apresenta de uma determinada forma para cada um, sendo assim, variável.

Existem diversas abordagens terapêuticas utilizadas no tratamento da dependência química. Entre elas, as modalidades mais comuns são as internações em comunidades terapêuticas ou clínicas de desintoxicação, os atendimentos nos centros de atenção psicossocial para álcool e outras drogas (CapsAd) e participação em grupos de apoio ou de autoajuda. Os modelos de tratamento necessitam de vários tipos de intervenção, que incluem diversas estratégias de abordagem do problema, considerando elementos biológicos, psicológicos e sociais (SOUSA et al. 2013).

A internação é parte do tratamento, mas não uma única estratégia. Ela é utilizada com o objetivo de desintoxicar o indivíduo, e não implica na cura da dependência química. Além disso, a internação é necessária quando o dependente apresenta sintomas de abstinência muito intensos, ou quando quadros psiquiátricos são desencadeados pelo uso excessivo de drogas. Após o período de internação (quando necessária), o acompanhamento continuado é a estratégia mais indicada nos quadros de dependência química.

O tratamento psicológico da dependência química visa mostrar ao paciente que ele possui em si próprio meios de enfrentamento de situações desconfortáveis sem a utilização de drogas. Os aspectos psicossociais exercem um papel muito importante na manutenção da doença, pois passados os sintomas de abstinência, são eles que permanecem. Assim, o acompanhamento psicológico é de extrema relevância para o tratamento da dependência química, pois mais importante do que a abstenção das substâncias que causaram a dependência, é manter o indivíduo afastado das drogas, que será um desafio constante na vida do paciente.

Existem diversos métodos e terapias indicadas para o dependente químico.

O trabalho com o dependente químico é árduo, dadas as características desse transtorno e consideradas as limitações dos vários modelos de tratamento. O trabalho do terapeuta é compreender e tratar o indivíduo como um todo, vendo além de seu problema de dependência, mas sem perder o foco clínico do tratamento. Com isso, muitos referenciais teóricos têm sido desenvolvidos para tornar essa tarefa factível (DIEHL et al., 2011, p. 252).

Como método de auxílio ao tratamento, a terapia vem sendo de grande importância tanto para a família quanto para o dependente. Entre as abordagens possíveis encontra-se a logoterapia, uma psicoterapia que se propõe a fazer a pessoa encontrar um sentido para sua vida.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

### **3.1 A logoterapia e a dependência química**

Lukas (2012) discorre sobre o processo de recuperação de dependentes, estabelecendo cinco fases, com base no trabalho de James Prochaska, Carlo DiClemnte e John Norcrooss, publicado em 1992. Neste

trabalho os autores demonstraram cinco fases sucessivas denominadas da seguinte forma: antes do insight; o insight; a preparação; a ação; a perseverança.

Na primeira fase (antes do insight) a dependência não é percebida e nem admitida pelo dependente apesar de já ter sido percebido por pessoas de sua convivência. A segunda fase (o insight) é importante pois já é percebido e admitido pelo dependente, porém o dependente protela qualquer ação para solucionar o problema. A terceira fase (a preparação) é aquela em que o dependente estabelece, por pensamentos, propósitos positivos para se libertar da dependência. Na quarta fase (a ação) ocorre o início da reorganização do comportamento. Para isso é necessário que se invista tempo e energia. Na quinta fase (a perseverança) caracteriza-se a luta pela coragem e pela consolidação da abstinência, assim como a manutenção do que já foi conquistado. (LUKAS, 2012)

A respeito das fases descritas, Lukas (2012) diz que embora elas revelem um engajamento dos pacientes para alcançarem seu objetivo, não informam nem explicam o que motiva a pessoa a querer superar a doença. Sobre essa motivação Lukas recorre ao estudo de Harald Klingemann, de 1991, no qual procuraram e pesquisaram os chamados “autocurados” (ex-dependentes) que conseguem se libertar das drogas sozinhas sem ajuda de terapia.

Em Lukas (2012), descreve-se basicamente as mesmas fases do estudo anterior, porém acrescidos com conhecimentos sobre a motivação.

As três fases relatadas pelo “autocurados” são: fase da decisão, fase da transposição e fase da estabilização. Entende-se que na fase da decisão a pessoa já tenha tido o insight, contudo a consciência do problema não é o que vai levar ao processo de cura. Na fase da transposição os pesquisados descreveram métodos pessoais para abandonar a droga, porém, predominavam estratégia de auto embuste e de substituição além de técnicas de distanciamento de antigos amigos e o isolamento. Já na fase da estabilização mostrou-se mais diferenças entre os pesquisados. Entretanto, houve um ponto em comum:

todos os ‘autocurados’ preencheram o vazio deixado pela droga, de forma concreta e persistente, com novos conteúdos de sentido. Frequentemente enfatizavam ainda que suas ações autônomas e sua vida profissional e familiar assumiam cada vez maior importância para eles (LUKAS, 2012, p.31).

Para Lukas (2012) a passagem pelas fases consecutivas, para as pessoas que se libertaram da dependência sem apoio terapêutico, tem um papel secundário. O fator que impulsiona a decisão e a persistência, constituindo o ponto decisivo, é o que Lukas denomina “motor”. “É o ‘motor’ que pode ser parafraseado como *motivação positiva* ou simplesmente como *orientação de sentido e busca de sentido*”. (LUKAS, 2012, p.31)

A respeito do “motor”, ou seja, o motivo existencial que leva o dependente a prosseguir, Lukas (2012) recorre à logoterapia de Viktor E. Frankl. A partir da abordagem da busca de sentido, a autora interpreta as três fases da pesquisa de Klingemann (1991), começando pela segunda fase, a transposição.

Quadro 1 – Fases de estudos sobre o processo de recuperação de dependentes químicos

<b>Conclusões de James Prochaska, Carlo Diclemente e Jhohn Norcroos</b> Sobre pacientes curados por meio de terapias para dependentes de drogas:	<b>Conclusões de Harald Klingemann,</b> do Departamento de Pesquisa do Serviço Especializado em Problemas de Alcoolismo sobre “auto – curados”.
<b>Antes do insight:</b> O não é problema é admitido ou percebido pelo drogado, embora os outros o vejam.	
<b>O insight:</b> O problema é admitido, mas sua resolução é adiada.	
<b>A preparação:</b> O problema é enfrentado, a pessoa tem bons propósitos, novas ideias.	<b>Fase da decisão:</b> Motivação positiva para superar o problema com base em reorientações e novos conteúdos de vida.
<b>A ação:</b> O comportamento é reorganizado, investindo-se tempo e energia nessa tarefa.	<b>Fase da Transposição:</b> Autoembuste, estratégias, de subestimação, técnicas de distanciamento.
<b>A perseverança:</b> Esforço para a consolidação da abstinência e manutenção do objetivo.	<b>Fase de estabilização:</b> novos conteúdos de sentido preenchem o vazio deixado pela droga; trabalho e família assumem importância cada vez maior.

Fonte: LUKAS (2012, p.32)

Na fase da transposição ocorre a luta pelo autodomínio, considerado pré-requisito para a possibilidade de uma vida plena de sentido. O autodomínio equivale à conquista pela abstinência. Esse autodomínio é um fator para uma vida plena de sentido, porém, não garante que a pessoa viver de modo.

“Autodomínio significa apenas que o eu da pessoa não é dominado por fatores externos, mas é senhor em sua própria casa” (LUKAS, 2012, p.33).

Para que a pessoa tenha o autodomínio passa a empregar estratégias como autoembuste e técnicas de distanciamento. Neste ponto, Lukas chama a atenção para dizer que a resposta da logoterapia é que a pessoa espiritual domina e controla a pessoa biológica, ou seja, mesmo que o eu biológico tenha condicionamentos inadequados, esteja sensível às tentações e intolerante às frustrações, o eu espiritual será mais forte e, portanto, será capaz de promover a mudança e o comportamento.

Para Lukas (2012), o ser humano pode fazer intervenções ao seu redor e pode ser considerado um cocriador do mundo, direcionando-se para conteúdos que transcendem a ele próprio. Contudo, nessa intervenção nem sempre ele age para o bem.

Continuando a análise das fases, Lukas (2012) volta para a primeira, que é a fase da decisão, a fase da motivação positiva para superar o problema com base em reorientações e conteúdos de vida. Nessa análise a pergunta que a autora lança é: por que os “autocurados” são mais afetados pela motivação positiva do que pela aflição causada pelo sofrimento?

A resposta vem da seguinte forma: no sofrimento se tem uma aflição, que vai se tornando insuportável, levando o dependente a procurar uma reabilitação; com o eu biológico maltratado, a pessoa espiritual decide salvá-lo. Ou seja, a aflição causada pelo sofrimento pode levar a pessoa a salvar seu biológico, embora também possa levá-lo a rejeitar seu biológico, odiando a si e suas fraquezas, chegando ao ponto do suicídio.

Já na motivação positiva acontece algo maior: “Numa motivação positiva, uma pessoa espiritual busca um sentido no mundo que somente poderá alcançar com a salvação do seu eu biológico que não mais está funcionando satisfatoriamente, decide então criar condições para uma possibilidade de alcance e realização desse objetivo” (LUKAS, 2012, p.34-35).

Ao propor um sentido, cria-se um valor que será respeitado, apreciado e colocado acima de si próprio. Para atingir esse valor, o eu biológico deve estar recuperado, para o ser humano como um todo ser colocado a serviço daquele valor. Somente assim o ser humano poderá viver tal valor em sua plenitude.

Quando a pessoa propõe um sentido, isto é, quando o eu espiritual busca um sentido no mundo, ela precisa do eu biológico funcionando bem e, por isso, o perigo de rejeição de si próprio é muito pequeno e as chances de sucesso são muito maiores.

Para explicar a terceira fase (da estabilização), Lukas (2012) pergunta: “será que é preciso primeiramente afastar-se de algo que nos impede de encontrar sentido ou é preciso primeiramente querer chegar a algo que tenha sentido, para que depois possamos nos afastar daquilo que bloqueia o sentido?” (LUKAS, 2012, p.35).

Para responder essa questão a autora exemplifica citando uma “prisão” real, tal como uma doença, uma limitação imposta ou uma pressão externa. Nesse caso é necessário sair dessa “prisão” para atingir qualquer objetivo. Por outro lado, quando a “prisão” é construída pela própria pessoa (caso de distúrbios psíquicos, entre eles a dependência de drogas), é necessário que se queira primeiramente chegar a algum lugar fora de sua prisão para que depois consiga sair. A chave do portão está em suas próprias mãos, mas é difícil abri-lo e cria-se um dilema em torno disso.

... em primeiro lugar precisa urgentemente querer chegar a algum lugar, um lugar fora da sua prisão, para ter um motivo existencial que o faça querer sair dela e abrir o portão. O pensamento dirigido ao local-alvo e a sua percepção do mesmo constituem então o motivo que impulsionará a mão a acionar a chave (LUKAS, 2012, p. 36).

Para Lukas (2012), quando os impedimentos são produzidos pela própria pessoa, é importante que ela consiga colocar objetivos que ultrapassem esses obstáculos. Tais objetivos devem ser mais compensatórios do que a vantagem da doença, que mesmo com toda a tristeza que possa significar, ainda assim oferece vantagens num curto prazo, capazes de fazer a pessoa hesitar em abrir o portão e sair da sua prisão. De certa forma o dependente fica protegido sob a doença, sendo poupado de enfrentar sentimentos e decisões que não agradam, fugindo de algumas verdades, afastando-se de certas culpas e muitas vezes ainda tendo alguém para cuidar e se preocupar com ele. Deixar essa “prisão” por conta própria para enfrentar um ambiente hostil e desconhecido é algo que pode causar temor.

De acordo com Lukas (2012, p. 36), “os ‘autocurados’ mencionaram um vazio deixado pela droga e pela bebida alcoólica, quando não mais consumidos, um vazio constituído pelos ganhos perdidos da doença”.

Embora as vantagens da recuperação sejam enormes, compreende-se que um doente escolha as vantagens da doença ao invés das vantagens da recuperação, pois enquanto as vantagens da recuperação estão distantes, as da doença estão mais próximas.

O que motiva os objetivos e a recuperação do dependente são suprapessoais; ultrapassam as vantagens pessoais e são suficientes para despertar a disposição de perder as vantagens da doença e aceitar as desvantagens da recuperação (LUKAS, 2012).

Um conceito importante da logoterapia que se pode relacionar com a dependência química é o vazio existencial; um sentimento de vazio interior, de ausência de sentido da própria existência. O homem, na sua frustração, não consegue preencher o seu vazio existencial; não sabe com que ou como preencher. O homem sofre do sentimento de que sua existência não tem sentido.

Frankl (2015) assim descreve um caso:

Se levarmos em conta a opinião de Stanley Kripner, o sentimento de vazio nos viciados em droga está em 100% dos casos. Em 100% dos casos, ao se lhes colocar a pergunta se tudo lhes parecia sem sentido, a resposta foi, sem exceção, afirmativa. Uma de minhas doutorandas, Betty Lou Padelford, demonstrou, como Shean e Fetchman, que nos dependentes de drogas a frustração existencial é mais de duas vezes maior do que no grupo de comparação. E novamente é compreensível que Fraiser, que dirige um centro de reabilitação de dependentes de droga na Califórnia, onde introduziu a logoterapia, tenha alcançado uma taxa média de êxito de 40% - muito acima da média comum de 11% (FRANKL, 2015, p. 17).

Frankl (2015) diz que a logoterapia busca a consciencialização do espiritual esforçando-se para trazer o homem a consciência do seu ser-responsável, sendo que essa responsabilidade deve estar relacionada perante um sentido.

Um médico, ao lidar com pessoas que sofrem de alguma doença, principalmente se tratar-se de alguma doença incurável, é confrontado com a tarefa de ajudar o paciente a conquistar a capacidade de suportar o próprio sofrimento. Essa capacidade, aquilo que se chama na logoterapia de valores de atitude, é a atitude que o indivíduo toma diante do seu sofrimento. Nas palavras de Frankl (2015, p. 74), "Quando não é mais possível moldar o destino, então se faz necessário ir ao encontro deste destino com a atitude certa".

A dependência química, uma doença crônica, é algo que pode trazer ao paciente o sofrimento diante de sua realidade. E, da mesma forma que um outro doente ou qualquer pessoa que sofre, o dependente pode executar seu valor de atitude e se aproveitar da oportunidade de encontrar nesse sofrimento um sentido.

Importante ainda falar do fenômeno humano que Frankl chama de autotranscendência. Nas palavras do autor o ser humano, quando transcende:

... sempre aponta para algo além de si mesmo, para algo que não é ele mesmo – para algo ou para alguém: para um sentido que se deve cumprir, ou para um outro ser humano, a cujo encontro nos dirigimos com amor. Em serviço a uma causa ou no amor a uma pessoa, realiza-se o homem a si mesmo. Quanto mais se absorve em sua tarefa, quanto mais se entrega a pessoa que ama, tanto mais ele é homem e tanto mais é si mesmo. Por conseguinte, só pode realizar a si mesmo à medida que se esquece de si mesmo, não repara em si mesmo (FRANKL, 2015, p.15).

A busca de sentido é algo que está presente no ser humano. Seja pelo amor, pelo trabalho ou pelo sofrimento, todo ser humano tem a oportunidade de encontrar novos sentidos.

"Nenhum psiquiatra, nenhum psicoterapeuta - também nenhum logoterapeuta - pode dizer a um paciente qual é o sentido; contudo, pode muito bem afirmar que a vida tem um sentido" (FRANKL, 2015, p. 27).

E este se conserva em quaisquer circunstâncias: no sofrimento, no que faz ou cria, ou ainda nas experiências que vive em amar alguém. E ainda pode descobrir, eventualmente, um sentido em uma situação desesperadora com a qual se defronta. Mesmo se sentindo desamparado, o que conta é a firmeza e a atitude diante da situação. Mesmo em situações de aspectos negativos da existência humana, tal como a tríade trágica culpa sofrimento e morte, é possível obter algo positivo mediante atitude e firmeza adequados (FRANKL, 2015).

## CONCLUSÃO

O trabalho discorreu sobre a logoterapia e apresentou esta abordagem como uma terapia que pode ser usada para auxiliar no tratamento da dependência química, doença que vem causando tanta dor e sofrimento



para os dependentes e para os que estão próximos. As substâncias psicoativas vêm sendo utilizadas há muito tempo, contudo cada vez mais surgem substâncias novas, principalmente as sintéticas, e isso vem agravando esse problema que já é uma questão de grande proporção e traz preocupações, tanto para as famílias quanto para as autoridades responsáveis. Torna-se necessário, portanto, que haja cada vez mais alternativas nos tratamentos para esse mal. A logoterapia traz um conteúdo bastante coeso e útil para lidar com a dependência química. Conceitos como vazio existencial, tríade trágica, busca de sentido, suprasentido e autotranscendência são perfeitamente adequados no entendimento e no tratamento da dependência.

Este artigo compõe um conjunto de estudos e pesquisas que se tem feito a respeito de dependência química e de logoterapia. Porém, espera-se contribuir para que a logoterapia seja indicada como um auxílio no tratamento do dependente, no sentido de torná-lo um ser consciente e responsável, entendendo que é necessário se autotranscender e encontrar sentido.

## REFERÊNCIAS

- AQUINO, T. A. A. **Logoterapia e análise existencial** – uma introdução ao pensamento de Viktor Frankl. São Paulo: Paulus, 2013.
- DIEHL et al. **Dependência química: prevenção, tratamento e políticas públicas**. Poto Alegre: Atmed, 2011.
- FONTES, M.A. **O que é a dependência química?** Tipos de droga, efeitos e tratamento. Disponível em: <<http://www.plenamente.com.br>> Acesso em: 15 set. 2018.
- FRANKL, V. E. **Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração**. 25. ed. Petrópolis: Vozes, 2008.
- FRANKL, V. E. **O sofrimento de uma vida sem sentido: caminhos para encontrar uma razão de viver**. São Paulo: É realizações, 2015.
- KROEFF, P. **Logoterapia e existência: a importância do sentido da vida**. Porto Alegre: Evangraf, 2014
- LAGOA, T; MORAES, T. Gastos do SUS com dependentes químicos chegam a R\$ 9,1 bilhões em uma década. **Hoje em Dia**. 29 jan.2017. Disponível em: <<http://hojeemdia.com.br/primeiro-plano/gastos-do-sus-com-dependentes-qu%C3%ADmicos-chegam-a-r-9-1-bilhoes-em-uma-decada-1.440635>> Acesso em: 13 jun. 2018.
- LUKAS, E. **Psicoterapia em dignidade: orientação de vida baseada na busca de sentido de acordo com Viktor E. Frankl**. Ribeirão Preto, SP, IECVF, 2012.
- PRATTA, E. M.M.; SANTOS, M.A. O processo saúde-doença e a dependência química: interfaces e evolução. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**. V. 25, n. 2, p. 203-2011. Abr-jun 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ptp/v25n2/a08v25n2>> Acesso em: 21 out. 2017
- SOUSA, P.F. et al. Dependentes químicos em tratamento: um estudo sobre a motivação para a mudança. **Temas em Psicologia**. v.21, n. 1, Ribeirão Preto - SP, jun. 2013. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-389X2013000100018](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2013000100018)> Acesso em: 20 out. 2017.